



# אחרי החגים הגיע

הזה יוני להיא

נגמרו התירוצים. הרגע (לא) ציפיתם לו – הגיע. "אחרי החגים" כאן, ובגדול. כל המטלות, המשימות, הדיאטות שהעדפנו להדחיק ולדחות, נעמדות מולנו ומחככות ידיים בסיפוק – "עכשיו כבר לא תוכל להתחמק ממני יותר. רגע האמת הגיע..."

האורות הגדולים של החגים מאחורינו וחורף ארוך, קר ומלא ימי שיגרה אפורים לפנינו. איך מתמודדים עם הנפילה הגדולה? האם יש שיטה לעבור למצב החדש בשלום?

## מכוניות יום שני

תופעת "היום שאחרי" מוכרת מתחומים רבים.

דוגמא קטנה – בחורה ובחורה אוהבים ומחליטים להתארס. הם מתעוררים בבוקר שלמחרת ונחרדים לגלות שהקשר שלהם עבר מהפך. במקום לנהל שיחות רומנטיות על חלומות ושאילות לעתיד, הם צריכים להפיק אירוע שמעורבים בו אינסוף סידורים טכניים, אינטרסים ורצונות סותרים של שתי משפחות, וכמובן – כסף. הרבה כסף. הם צולחים את הים הגועש של תזמורת-צלם-שבת-חתן-הזמנות-ברכונים, ולא שוכחים כמובן דירה-מוצרי-חשמל-ריהוט-בגדים. אחרי ככלות הכול הם מגיעים אל הרגע המרומם של החתונה וטקס החופה המדהים והעוצמתי שממלא אותם באנרגיות אדירות. אלא שבבוקר שלמחרת הם מגלים עולמות חדשים של ארנונה-שכר דירה-חשבון גז-שטיפת כלים-ספונג'ה.

חוק החיים הוא גרף שיטתי של עליות גדולות וירידות תלולות.

בחו"ל יש מושג הנקרא "מכוניות יום שני". מכוניות שייצרו אותם ביום שאחרי יום ראשון – יום השבתון הרשמי שם. מתברר שאם חייכם יקרים לכם, מוטב לכם לא להיכנס למכונית שיוצרה על ידי אנשים מתוסכלים ועייפים שנחתו חזרה לעבודה קשה ומייבשת אחרי בילויי סוף שבוע...

איך עומדים במעברים החדים האלו ומחזיקים ראש מעל המים כשמתרחש שינוי כה קיצוני? האם יש דרך לשמר משהו מהאנרגיות של הימים הגדולים, לימי השיגרה האפורים?

## הגודל שבשיגרה

אברהם לינוקלן, מי שהיה הנשיא ה-16 של ארה"ב, אמר פעם: "אלוקים אוהב במיוחד את האנשים הפשוטים. מנין לי לדעת זאת? עובדה שהוא ברא כה רבים מהם!". נרצה או לא, הקב"ה ברא את עולמו כך שיש מעט ימי חג גדולים ורוויי עוצמות, והרבה ימי חול אפורים ושיגרתיים. אם נשתחרר מהאקסיומה שההתלהבות וההתרגשות הן המדד להצלחה, אולי נתחיל להעריך ולכבד את ערכה של העבודה הקבועה והשיטתית, צעד אחר צעד, גם כשהלב כבד ולא מתחשק, גם כשלא רואים תוצאות בשטח. אדרבה, כשאין את התפאורה והדחיפה של החגים, העיקר הוא המאמץ שלנו, וכידוע "לפום צערא – אגרא!".

שנית, יש לדעת שגם אם נדמה לנו שבחלוף החג לא נותר לנו דבר מכל ההשגות הרוחניות הגדולות שהגענו אליהן, ואנו צונחים בדיוק למקום בו היינו לפני החג, זו טעות. לא ההרגשה קובעת בדברים הללו. המטען הרוחני שספגנו בימי החגים הפך להיות חלק מאיתנו והוא מלווה אותנו בימים שלאחר מכן, בין אם אנחנו מרגישים בכך ובין אם לא. צריך להילחם בתחושה שיוצר אצלנו היצר כאילו הכול יורד לטימיון ונעלם מיד עם צאת החג. האמת היא שהכול מצטבר ונשאר. גם אם לא גלוי על פני השטח הוא ספון בנשמה, ומשם מקרין את אורו על חיינו.

## לעשות כלים

נוסיף עצה פרקטית קטנה. מיד אחרי שהמלאך קורא לאברהם להימנע מלהקריב את בנו כתוב "וישא עיניו... וירא והנה איל". על מה אברהם מסתכל? מה הוא מחפש? הרב קוק מסביר שאבינו הראשון חיפש משהו מוחשי, אקט פיזי, שאפשר לתעל אליו את האנרגיה הרוחנית שבערה בתוכו. משהו שיוכל להמשיך את הרגע המרומם שהוא חווה לתוך החיים היומיומיים ולתת לו קיום ממשי. זה מה שעוזר לו 'לשוב' מן ההר ולא 'לרדת' ממנו. השיטה הזו מזכירה את המנהג לבנות סוכה מיד במוצאי יום כיפור, וממילא גם עכשיו – האם נוכל לחפש מיד אחרי החגים דרכים מעשיות שיבטאו את הרצונות הטובים שפיעמו בנו? ערוצים שימשיכו את ההתרוממות הרוחנית שהגענו אליה בזמנים הגדולים לימי השיגרה האפורים? למשל, לקבוע לימוד חדש, קבלה טובה או כל דבר שיוכל להוות כלי ליצוק לתוכו את כל השפע הרוחני שקלטנו בימי החג.

## לבנות או להרוס

לסיום, נקודה קטנה למחשבה. במוצאי שמחת תורה ניגשתי למלאכת פירוק הסוכה. כעבור שלושים וחמש דקות אף אחד לא היה יכול לדעת שבמשך שבוע ימים גרה כאן משפחה שלימה כולל כמה אושפיזין חשובים. לבנות אותה לקח פי חמישה (!) זמן מזה, כולל כמה דקירות וקוצים שעד היום לא בטוח שמצאו את דרכם החוצה. עמדתי שם ליד הסכך הארוז ומחשבה נוגה חלפה בראשי – כמה קשה לבנות בעולם שלנו וכמה קל לפרק ולהרוס... אומנם רבי נחמן (שנפטר בחג הסוכות) התעקש להשריש בנו: "אם אתה מאמין שיכולים לקלקל – תאמין שיכולים לתקן". אך גם אם נאמין שזה אפשרי, אין ספק שזה הרבה יותר קשה.... שנזכה בעזרת ה' לשנת מליאת בניה ותיקון ולחורף בריא עם הרבה שפע משמים.